

Padrões de consumo de álcool em estudantes da Universidade de Aveiro: Relação com comportamentos de risco e stress

Pedro F. S. Rodrigues* / Ana C. F. Salvador** / Inês C. Lourenço* / Luísa R. Santos***

* Universidade de Aveiro; ** Neuropsicóloga Clínica; *** Psicóloga Clínica

O consumo excessivo de álcool em estudantes universitários tem sido foco de grandes preocupações, não só devido aos seus efeitos negativos na saúde, mas porque habitualmente leva a comportamentos de risco, como a condução sob o efeito de álcool, ou relações sexuais sem proteção. Outro aspeto muito verificado entre os estudantes universitários, e que parece estar associado ao consumo de álcool, são os elevados níveis de stress, provavelmente um dos motivos que leva ao consumo de álcool. Neste estudo, realizado a 760 estudantes da Universidade de Aveiro, verificámos que os participantes apresentam elevados consumos de álcool, sobretudo em festas académicas. Os comportamentos de risco associados não se mostram significativos. Verificámos igualmente que o maior consumo de álcool está associado ao sexo masculino. Também se constatou que os estudantes universitários que saem de casa dos pais/da sua residência apresentam maiores consumos de álcool. Relativamente à perceção de stress, verificámos que os estudantes universitários de Aveiro apresentam níveis moderados de stress e que estes se encontram negativamente correlacionados com os consumos de álcool. Os nossos resultados são discutidos à luz das teorias existentes sobre os padrões de consumo de álcool em estudantes universitários.

Palavras-chave: Estudantes universitários, Consumo de álcool, Comportamentos de risco, Stress.

INTRODUÇÃO

O consumo excessivo de álcool entre estudantes universitários é foco de grandes preocupações há várias décadas (O'Malley & Johnston, 2002; Pedersen & von Soest, 2013; Rosenbluth, Nathan, & Lawson, 1978; Straus & Bacon, 1953; Wechsler, Dowdall, Davenport, & Castillo, 1995; Wechsler, Dowdall, Maenner, Gledhill-Hoyt, & Lee, 1998). Vários estudos epidemiológicos, sobretudo americanos, demonstram que o álcool é a substância mais consumida pelos jovens universitários, especialmente pelos estudantes do sexo masculino, embora as estudantes também apresentem padrões de consumo significativos (e.g., Calvário, Lizardo, Loureiro, & Santos, 1997; O'Malley & Johnston, 2002). A cerveja é indiscutivelmente a bebida que os jovens mais ingerem, seguindo-se as bebidas espirituosas e depois o vinho (Hibell et al., 2009). As consequências do consumo excessivo de álcool são variadas e refletem-se em diversas áreas, nomeadamente na saúde física, na saúde emocional e comportamental, bem como na esfera social do indivíduo. As consequências mais apontadas na literatura dizem respeito a: problemas do foro médico (e.g., o elevado consumo de álcool aumenta o risco de se desenvolver obesidade, cancro ou doenças cardiovasculares), problemas do foro cognitivo (e.g., o elevado consumo de álcool está associado

A correspondência relativa a este artigo deverá ser enviada para: Pedro F. S. Rodrigues, Universidade de Aveiro, Departamento de Educação, Campus Universitário de Santiago, 3810-193 Aveiro. E-mail: pedro.filipe@ua.pt

a declínio das capacidades cognitivas como memória, atenção e funções executivas), bem como alterações comportamentais e emocionais (e.g., o elevado consumo de álcool aumenta o risco de desenvolvimento de comportamentos agressivos) (Chen, Rosner, Hankinson, Colditz, & Willett, 2011; Hingson, Heeren, Winter, & Wechsler, 2005; Hingson, Heeren, Zakocs, Kopstein, & Wechsler, 2002; Smith, 2007; Wechsler et al., 1998). Adicionalmente, o consumo excessivo de álcool expõe os jovens a comportamentos de risco, como por exemplo, a condução sob o efeito de álcool ou relações sexuais sem proteção (Bartholow, Henry, Lust, Sauls, & Wood, 2012; Eckardt et al., 1998; Heinz, Beck, Meyer-Lindenberg, Sterzer, & Heinz, 2011; Wechsler et al., 1998).

Uma das preocupações dos investigadores e da comunidade em geral tem sido a procura dos motivos que levam os universitários a apresentarem consumos excessivos de álcool. É a partir do conhecimento dessas relações motivacionais que podemos apostar mais eficazmente em programas de prevenção neste grupo concreto. São vários os motivos apontados como causadores dos episódios de ingestão excessiva de álcool, podendo ser agrupados em motivos emocionais e motivos sociais (Read, Wood, Kahler, Maddock, & Palfai, 2003). Se explorarmos um pouco mais estes tipos de motivos, encontramos facilmente na literatura que os estudantes do ensino superior que consomem álcool excessivamente, o fazem devido a: (a) terem a crença que o álcool é um bom estimulador emocional, isto é, induz estados emocionais positivos (Stewart, Zeitlin, & Samoluk, 1996); (b) terem a crença que o álcool os ajuda a tornar as situações sociais mais agradáveis (MacLachy-Gaudet & Stewart, 2001); (c) terem a crença que o álcool alivia estados emocionais negativos, funcionando como uma estratégia de *coping*, ainda que seja uma estratégia mal-adaptativa (Cooper, Russell, Skinner, Frone, & Mudar, 1992; Kassel, Jackson, & Unrod, 2000). De facto, um dos motivos comumente associados a episódios de ingestão excessiva de álcool diz respeito ao stress sentido pelos consumidores no seu dia-a-dia ou em situações vividas num passado recente. Na literatura podemos verificar que o consumo de álcool está relacionado com a perceção de stress que os indivíduos têm diariamente; os estudos salientam este aspeto quer na comunidade em geral (e.g., Aldridge-Gerry et al., 2011), quer na comunidade académica (Armeli, Conner, Cullum, & Tennen, 2010). O consumo de álcool nestas situações funciona habitualmente como uma estratégia de *coping*, i.e., perante o stress, o consumidor bebe com o objetivo de fuga/alheamento dos problemas e das emoções negativas (Sher & Rutledge, 2007; Vaughan, Corbin, & Fromme, 2009).

É sobretudo nas festas académicas que o maior consumo de álcool se verifica. Efetivamente, estas são momentos de celebração entre os estudantes universitários e o álcool encontra-se intimamente relacionado com a sua cultura, onde impera um pensamento coletivo “tenho que beber como os outros para festejar” (Harford, Wechsler, & Seibring, 2002). Acresce ainda o facto das bebidas alcóolicas serem relativamente baratas e das próprias festas estarem associadas a marcas de bebidas (Musse, 2008). Nestas ocasiões, é onde podemos frequentemente registar maiores episódios de *binge drinking* (Reifman & Watson, 2003). Os episódios de *binge drinking* são caracterizados pelo consumo consecutivo de cinco ou mais doses de álcool numa única ocasião, num curto espaço de tempo (Ham & Hope, 2003; Wechsler et al., 1995, 1998; Wechsler, Kuh, & Davenport, 2009). Entre universitários, observa-se a ampla ocorrência destes episódios, o que torna esta população ainda mais vulnerável aos efeitos nefastos dos elevados consumos de álcool (Sheffield, Darkes, Del Boca, & Goldman, 2005; Wechsler et al., 2009).

O consumo de álcool observa-se em várias faixas etárias, mas está muito associado aos jovens, sobretudo aos universitários (Maldonado-Devinci, Badanich, & Kirstein, 2010; Wicki, Kuntsche, & Gmel, 2010). A entrada na faculdade é uma fase de transição e normalmente desencadeadora de elevado stress (Pierceall & Keim, 2007); é igualmente uma fase onde se registam frequentemente consumos de álcool excessivos, o que nos levou a estudar nesta investigação a relação entre as duas variáveis (stress e consumo de álcool) (Borsari, Murphy, & Barnett, 2007;

Sher & Rutledge, 2007). De facto, ao ingressarem na universidade, muitos jovens adultos vivenciam novas etapas das suas vidas: estão distantes da família de origem pela primeira vez, moram com outros estudantes, ou experimentam a ausência de supervisão de adultos mais velhos, habitualmente os pais (Windle, 2003). Com a entrada no ensino superior, observam-se ainda as seguintes situações desencadeadoras de stress: problemas pessoais como *homesickness* (saudades de casa), solidão, timidez, limitações nas competências sociais e tomadas de decisão e perturbações emocionais; os problemas académicos, tais como as dificuldades de relacionamento com professores e colegas, competências de estudo, rendimento escolar, medo de falhar nos exames; os problemas financeiros e de gestão da casa, com maior ênfase na acomodação e hábitos alimentares, para além dos problemas relacionados com a segurança (Pereira, 1997). Apesar de algumas características pessoais contribuírem para o consumo excessivo de álcool, são sobretudo as influências socioambientais que parecem melhor explicar esses comportamentos, ou seja, uma situação na qual o álcool está amplamente disponível (como é o caso das festas académicas) é mais favorecedora do que um ambiente no qual a oferta não acontece dessa forma. As idas frequentes a bares e festas académicas que caracterizam parte da vida académica aumentam a probabilidade de consumo de álcool, tabaco e até outras drogas (Dierker et al., 2006; Mesquita, Bucarechi, Castel, & Andrade, 1995). Portanto, o uso de álcool entre universitários pode ser favorecido de forma indireta, uma vez que os estudantes se influenciam mutuamente por modelagem, imitação ou reforço do comportamento de beber. O indivíduo pode perceber e interpretar o padrão de consumo de álcool dos outros como um reforço ao seu próprio comportamento e então, passar a comportar-se de acordo com essa percepção (Bot, Engels, & Knibbe, 2005; Chassin, Pitts, & Prost, 2002; Ham & Hope, 2003; Oostveen, Knibbe, & De Vries, 1996). A modelagem social parece intensificar-se num ambiente novo, no qual o indivíduo tem menos experiência (e.g., um caloiro numa festa académica tem maior probabilidade de imitar os comportamentos dos outros para se sentir integrado) (Bot et al., 2005; Read et al., 2003; Wood, Read, Palfai, & Stevenson, 2001). Além das consequências negativas dos episódios de *binge drinking*, acresce o risco destes contribuírem para o desenvolvimento de dependência à medida que a frequência da intoxicação episódica aumenta (Wechsler, Molnar, Davenport, & Baer, 1999), especialmente quando há a ocorrência repetida desses episódios (Shakeshaft, Bowman, & Sanson-Fisher, 1998). A frequência de episódios de *binge* é por isso um dos aspetos que mais preocupa os investigadores e a sociedade em geral, uma vez que é muito recorrente entre universitários (Ham & Hope, 2003).

Tal como já foi mencionado anteriormente, o consumo excessivo de álcool acarreta consequências negativas para os consumidores, estimulando comumente outros comportamentos, nomeadamente o comportamento de fumar (Nichter, Nichter, Carkoglu, & Lloyd-Richardson, 2010). Adicionalmente, pode ser também um problema de saúde e até um problema de segurança pública. O consumo de álcool é o fator mais associado a acidentes de trânsito, pois dificulta as tomadas de decisão, bem como as capacidades psicomotoras dos condutores e os seus tempos de reação (Beck et al., 2010). Conduzir sob o efeito do álcool é um grave problema de segurança; em Portugal, os acidentes de viação são a principal causa de morte nos jovens (Lages, 2007). Diversos estudos (e.g., Redhwan & Karim, 2010) têm demonstrado que o fator humano (erro humano na percepção devido principalmente a excesso de velocidade e ao consumo de álcool) é o primeiro responsável por 64-95% dos acidentes. O consumo de álcool aumenta não só o risco de acidente, bem como da sua gravidade, aumentando igualmente a probabilidade de ocorrência de mortos. Os jovens, especialmente do sexo masculino, são o grupo com maior envolvimento em acidentes de trânsito fatais (Andrade & Mello-Jorge, 2001; Marín-León & Vizzotto, 2003). Para além dos acidentes de viação, o consumo de álcool está na base de comportamentos sexuais de risco. Ao negligenciarem a prática da contraceção e de prevenção às doenças sexualmente transmissíveis, os jovens podem expor-se não só às doenças sexualmente transmissíveis, bem

como a uma gravidez não planeada. São particularmente os episódios de *binge* que se encontram intimamente relacionados com comportamentos de risco (Randolph, Torres, Gore-Felton, Lloyd, & McGarvey, 2009; Scott-Sheldon, Carey, & Carey, 2010).

O consumo excessivo de álcool é uma problemática corrente nos universitários, um pouco por todo o mundo, contudo a verdadeira prevalência do consumo de álcool em estudantes do ensino superior em Portugal ainda permanece desconhecida. Todavia, gostaríamos de destacar dois estudos que nos revelam alguns dados portugueses acerca deste tema. Num deles, comparou-se os consumos de álcool de estudantes universitários de 21 países; Portugal ocupou o 14º lugar no que toca ao maior número de estudantes universitários que consome álcool (Dantzer, Wardle, Fuller, Pampalone, & Steptoe, 2006). Também Galhardo e Marques (2004) concluíram que os estudantes universitários apresentam taxas de consumo de álcool significativas. Neste estudo, realizado a estudantes do ensino superior de Coimbra, constatou-se que 71.6% dos estudantes consome álcool e os restantes 28.4% são abstémios. Concluiu-se ainda que cerca de 30.7% bebe álcool 1 ou 2 vezes por mês, 27.2% 2 vezes por semana e 26.7% só ao fim de semana.

Tendo em conta a literatura supracitada, com o nosso estudo pretendemos apresentar dados da prevalência do consumo de álcool em estudantes da Universidade de Aveiro e contribuir para o conhecimento dos hábitos dos jovens universitários portugueses. Pretendemos também verificar se os maiores consumos estão associados ao sexo masculino; verificar se os maiores consumos de álcool estão associados aos estudantes deslocados da sua área de residência; registar alguns comportamentos de risco dos estudantes universitários; verificar os níveis de stress percecionados pelos participantes; apresentar dados correlacionais entre os comportamentos de risco e os consumos de álcool, bem como entre estes e os níveis de stress.

MÉTODO

Participantes

A amostra foi constituída por 760 estudantes da Universidade de Aveiro (UA), sendo 370 do sexo masculino (48.7%) e 390 do sexo feminino (51.3%), com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos ($M=21.46$, $DP=3.11$). Recrutados aleatoriamente de vários cursos e graus de ensino da UA, 621 (82%) eram alunos de licenciaturas, 95 (12%) de mestrados e 44 (6%) de doutoramentos. Quanto à deslocação, cerca de 460 participantes (60%) tiveram que se deslocar da sua residência familiar para estudar na UA, enquanto que 300 (cerca de 40%) não estavam deslocados (viviam nos arredores da UA).

Instrumentos

Nesta investigação foi utilizada uma bateria de instrumentos de autorresposta: Questionário Sociodemográfico, Questionário de Comportamentos de Risco em Estudantes Universitários e Inventário do Stress em Estudantes Universitários.

O Questionário Sociodemográfico, elaborado para uma investigação mais alargada sobre saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários do qual fez parte este estudo, consistiu na recolha de informações como a idade, o sexo e o grau de ensino dos participantes. As informações recolhidas com este instrumento foram utilizadas essencialmente na descrição da nossa amostra.

O Questionário de Comportamentos de Risco em Estudantes Universitários – QCREU (Santos, Pereira, & Veiga, 2007) é composto por 24 itens, com opções de resposta numa escala do tipo

Likert [e.g., Durante os últimos 30 dias, em quantos dias fumou cigarros? (a) 0 dias; (b) 1 dia; (c) 2 a 4 dias; (d) 2 a 3 dias por semana; (e) 4 ou mais dias por semana]. Este instrumento tem como objetivo caracterizar os comportamentos de risco dos estudantes universitários que resultam do consumo de determinadas substâncias, nomeadamente tabaco, álcool, marijuana e tranquilizantes. Além dessas informações, o questionário também apresenta outras questões relativas, por exemplo, aos parceiros e relações sexuais, assim como à segurança na condução. Com este instrumento são assim avaliadas seis categorias de comportamentos: (1) uso de tabaco; (2) consumo de álcool e outras drogas; (3) comportamentos sexuais de risco; (4) hábitos alimentares; (5) inatividade física; (6) condução de risco. De acordo com os objetivos delineados neste estudo, foram tidos em conta apenas os itens relativos ao consumo de álcool, assim como os itens relativos a problemas ligados a esse consumo: comportamentos sexuais de risco e condução sob o efeito de álcool, embora os participantes preenchessem o questionário na sua totalidade.

O último instrumento disse respeito ao Inventário do Stress em Estudantes Universitários – ISEU (Pereira et al., 2004). Nesta investigação foi utilizada a sua versão reduzida, constituída por 24 itens. As respostas são também do tipo Likert e apresentam-se numa escala de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente) (e.g., Habitualmente ando muito stressado(a): 1 – discordo totalmente; 2 – discordo; 3 – não concordo nem discordo; 4 – concordo; 5 – concordo totalmente). O presente inventário procura identificar as várias causas de stress, estando organizadas em quatro fatores: (1) ansiedade em situações de avaliação; (2) auto-estima e bem-estar; (3) ansiedade social; (4) problemas socioeconómicos. Os estudos psicométricos de Pereira et al. (2004) revelam uma elevada consistência interna, com um valor alfa de Cronbach de 0.90.

Procedimento

A bateria de instrumentos de autorresposta foi aplicada durante as atividades letivas da UA (antes ou logo após as aulas) e com o devido consentimento dos docentes que estavam a lecionar. A aplicação dos questionários, que teve duração aproximada de 15 minutos, foi realizada pelos investigadores responsáveis, que antes do preenchimento do questionário informaram os estudantes acerca da confidencialidade de todo o processo de investigação. A participação dos estudantes ocorreu de forma voluntária.

A análise dos dados foi efetuada através do programa *IBM SPSS Statistics 21.0*, recorrendo-se à análise descritiva das variáveis. Na análise dos dados adotou-se um intervalo de confiança de 95%.

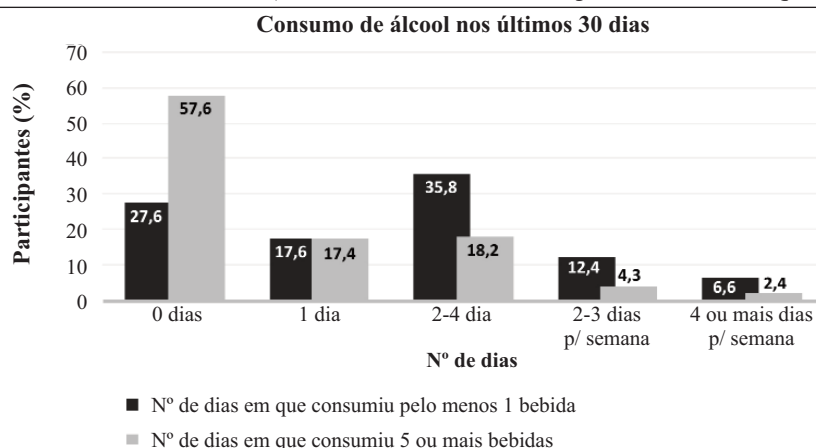
RESULTADOS

Padrões de consumo de álcool

Relativamente ao consumo de álcool pelos estudantes universitários da UA, constatámos que 72% dos estudantes inquiridos afirma ter consumido pelo menos uma bebida alcoólica nos últimos 30 dias, enquanto 42% afirma ter consumido cinco ou mais bebidas alcoólicas em apenas algumas horas, nos 30 dias anteriores à data de participação no estudo. Na Figura 1 apresentamos a distribuição de respostas às duas questões do QCREU: “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu pelo menos uma bebida alcoólica?” e “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu cinco ou mais bebidas alcoólicas seguidas, em apenas algumas horas?”.

FIGURA 1

Percentagem de estudantes que consumiram pelo menos 1 bebida alcoólica e percentagem de estudantes que consumiram 5 (4 no caso de estudantes do género feminino) ou mais bebidas alcoólicas num mesmo momento (relativo ao mês anterior ao preenchimento do questionário)



Adicionalmente, regista-se que uma percentagem significativa afirma não ir a festas ou não consumir álcool (27.4%), 24.3% dos estudantes afirma consumir habitualmente 3 a 4 copos/bebidas nas festas académicas, 20.3% afirma consumir 1-2 copos/bebidas, 15.3% 5-8 copos/bebidas e 12.8% afirma consumir mais de 8 copos/bebidas nas festas académicas.

À questão “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu pelo menos uma bebida alcoólica?”, verifica-se que foram os estudantes do sexo masculino os que consumiram com maior frequência, isto é, num maior número de dias ($M=2.95$, $DP=1.18$), quando comparados com estudantes do sexo feminino ($M=2.13$, $DP=1.09$), sendo esta diferença estatisticamente significativa, $t(743.95)=9.98$, $p<.001$, $d=0.722$. À questão “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu 5 (4 se for mulher) ou mais bebidas alcoólicas seguidas, ou seja, em apenas algumas horas?”, verificou-se que são igualmente os estudantes do sexo masculino que responderam beber 5 ou mais bebidas num maior número de dias ($M=2.08$, $DP=1.11$), quando comparados com estudantes do sexo feminino ($M=1.47$, $DP=0.88$), sendo esta diferença estatisticamente significativa, $t(757)=8.39$, $p<.001$, $d=0.609$. São também os universitários masculinos que consomem maior número de bebidas em festas académicas ($M=3.21$, $DP=1.37$), quando comparados com as estudantes ($M=2.14$, $DP=1.13$), sendo esta diferença estatisticamente significativa $t(758)=11.83$, $p<.001$, $d=0.852$.

Uma outra análise que efetuámos teve em conta os estudantes deslocados, isto é, aqueles que habitam fora da sua área de residência familiar, e os não deslocados. À questão “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu pelo menos uma bebida alcoólica?”, verifica-se que são os estudantes deslocados da sua residência familiar que consomem com maior frequência nos 30 dias anteriores ao preenchimento do questionário ($M=2.71$, $DP=1.22$) em relação aos não deslocados da sua residência familiar ($M=2.24$, $DP=1.14$), sendo uma diferença estatisticamente significativa, $t(668.72)=5.44$, $p<.001$, $d=0.398$. Também se verifica que são os estudantes deslocados que apresentam com maior frequência consumos de pelo menos 5 bebidas num única ocasião ($M=1.95$ dias, $DP=1.14$), em relação aos não deslocados ($M=1.48$ dias, $DP=0.81$), sendo esta diferença estatisticamente significativa, $t(753)=6.19$, $p<.001$, $d=0.475$. Verifica-se adicionalmente que são os estudantes deslocados que consomem maior número de bebidas alcoólicas em festas académicas ($M=2.94$, $DP=1.32$), em relação aos não deslocados ($M=2.24$, $DP=1.32$), sendo esta diferença estatisticamente significativa, $t(754)=639.54$, $p<.001$, $d=0.530$.

Ao analisarmos os tipos de bebidas alcoólicas mais apreciados pelos estudantes da UA quer habitualmente, quer em contexto de festas académicas, verificámos que é a cerveja o tipo de bebida preferido (42.9% dos estudantes afirma consumir habitualmente e 44.7% em festas académicas), seguindo-se as bebidas espirituosas (19.2% e 13.4% dos estudantes, respetivamente) e depois os *shots* (5.7% e 8.7% dos estudantes, respetivamente). O vinho é a bebida menos consumida pelos estudantes quer habitualmente, quer no contexto específico das festas académicas (5.9% e 2.1% dos estudantes, respetivamente).

Consumo de álcool e comportamentos de risco

Conforme foi mencionado na nossa revisão de literatura, o consumo de álcool está associado a alguns comportamentos de risco, nomeadamente comportamentos que põem em causa a segurança rodoviária e a segurança das relações sexuais. À questão “durante os últimos 12 meses teve relações sexuais depois de ter consumido álcool, que não ocorriam caso não tivesse bebido?”, verificámos inequivocamente que a maioria dos estudantes (90.5%) afirma nunca ter passado por essa experiência. Regista-se ainda que 76.2% dos inquiridos afirma ter sido conduzido por alguém sob o efeito de álcool, 9.9% dos inquiridos afirma ter sido conduzido uma única vez por alguém alcoolizado, 8.3% 2 ou 3 vezes, 1.8% 4 ou 5 vezes e 3.6% afirma ter sido transportado 6 ou mais vezes por alguém sob o efeito de álcool, no mês anterior à participação no estudo. 85.9% dos inquiridos afirma ter conduzido sob o efeito do álcool durante os 30 dias anteriores à participação no estudo, 5.7% afirma não ter conduzido sob efeito de álcool uma vez, 5.4% 2 ou 3 vezes, 0.5% 4 ou 5 vezes e 1.7% dos inquiridos afirma ter conduzido 6 ou mais vezes sob efeito de álcool.

Ainda no que concerne à exploração da relação entre álcool e os comportamentos de risco, criámos o grupo dos estudantes *binge drinkers* (os que responderam mais do que 1 dia à questão do QCREU: 1) “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu pelo menos uma bebida alcoólica?” e pelo menos 1 dia à questão: 2) “durante os últimos 30 dias, em quantos dias bebeu 5 ou mais bebidas alcoólicas seguidas?”) e o grupo dos abstémicos/consumidores ligeiros (os que não consomem ou consomem raramente), i.e., os que responderam no máximo 1 dia à questão 1) e 0 dias à questão 2). Constata-se que são os *binge drinkers* que apresentam comportamentos de risco com maior frequência (cf. Tabela 1).

TABELA 1
*Comparação de comportamentos de risco entre
os binge drinkers e os abstémicos/consumidores ligeiros*

		Média (DP)	Comparação estatística
Quantas vezes andou de carro guiado por pessoa alcoolizada	<i>Binge drinkers</i>	1.70 (1.06)	$t(755)=5.97, p<.001, d=0.433$
	Consumidores ligeiros	1.28 (0.87)	
Quantas vezes conduziu veículo alcoolizado	<i>Binge drinkers</i>	1.44 (0.92)	$t(752)=6.07, p<.001, d=0.428$
	Consumidores ligeiros	1.12 (0.52)	
Relações sexuais depois de ingestão de álcool	<i>Binge drinkers</i>	1.31 (0.81)	$t(754)=6.18, p<.001, d=0.424$
	Consumidores ligeiros	1.05 (0.31)	
Nº cigarros nos últimos 30 dias	<i>Binge drinkers</i>	2.39 (1.74)	$t(757)=9.44, p<.001, d=0.668$
	Consumidores ligeiros	1.41 (1.13)	
Nº de dias em que fumou no último mês	<i>Binge drinkers</i>	1.76 (1.07)	$t(754)=10.06, p<.001, d=0.701$
	Consumidores ligeiros	1.17 (0.52)	

Nota. A relação entre o consumo de álcool e o comportamento de fumar apenas é mostrada aqui, uma vez que no QCREU as questões relativas ao tabaco não estão diretamente relacionadas com o consumo de álcool, ao invés, por exemplo, da condução sob o efeito de álcool (e.g., tabaco – “durante os últimos 30 dias, em quantos dias fumou cigarros?”; condução – “durante os últimos 30 dias, quantas vezes conduziu um carro ou outro veículo, depois de ter consumido álcool?”).

Tendo em conta os dados normativos do ISEU (Pereira et al., 2004), os estudantes universitários de Aveiro apresentam níveis moderados de stress ($M=69.60$, $DP=15.89$) (intervalo normativo do nível de stress médio: 59.67 – 80.63; Pereira et al., 2004), sendo que cerca de 29% do stress é devido a ansiedade aos momentos de avaliação, cerca de 25% é devido a auto-estima e bem-estar, cerca de 24% devido a ansiedade social e cerca de 22% devido às condições socioeconómicas.

Para testarmos a relação entre os níveis de stress, o consumo de álcool e os comportamentos de risco associados ao tabaco, realizámos um teste de correlação de *Pearson*. Podemos constatar que o consumo de bebidas alcoólicas encontra-se positivamente correlacionada com o ato de fumar. Podemos ainda verificar que os níveis de stress percecionados pelos estudantes se encontram negativamente correlacionados com o consumo de álcool. Todos os dados correlacionais podem ser consultados na Tabela 2.

TABELA 2
*Coefficientes de correlação de Pearson entre
o consumo de álcool, o ato de fumar e os níveis de stress*

	Nº de dias em que bebeu no último mês	Nº de dias em que bebeu 5 ou + bebidas alcoólicas	Nº de bebidas em festas académicas	Nº de cigarros fumados nos últimos 30 dias	Nº de dias que fumou no último mês
Nº de dias em que bebeu 5 ou + bebidas alcoólicas	0.67**	-	-	-	-
Nº de bebidas ingeridas em festas académicas	0.64**	0.65**	-	-	-
Nº de cigarros fumados nos últimos 30 dias	0.30**	0.32**	0.37**	-	-
Nº de dias que fumou no último mês	0.31**	0.37**	0.38**	0.87**	-
Stress (somatório)	-0.21**	-0.14**	-0.17**	-0.06	-0.04

Nota. Stress (somatório) = pontuação total obtida no questionário ISEU; ** $p<.001$.

Uma vez que encontrámos correlações significativas entre os níveis de stress e o consumo de álcool, analisámos quais os fatores do ISEU mais associados ao consumo de álcool. Verificámos que todos os fatores que compõem o ISEU se encontram negativamente correlacionados com as questões sobre consumo de álcool do QCREU (cf. Tabela 3).

TABELA 3
*Coefficientes de correlação de Pearson entre
os fatores do ISEU e as questões do QCREU relativas ao consumo de álcool*

	Nº de dias em que bebeu no último mês	Nº de dias em que bebeu 5 ou mais bebidas alcoólicas	Nº de bebidas em festas académicas
Ansiedade aos exames	-0.23**	-0.17**	-0.22**
Auto-estima e bem-estar	-0.14**	-0.09**	-0.08*
Ansiedade social	-0.17**	-0.10**	-0.14**
C. socioeconómicas	-0.12**	-0.08*	-0.12**

Nota. ** $p<.001$; * $p<.05$.

Através do teste *t-student*, verificámos que são os estudantes *binge drinkers* que apresentam menores níveis de stress ($M=67.23$, $DP=15.17$), quando comparados com os consumidores

ligeiros/abstémicos ($M=71.23$, $DP=16.23$), sendo esta diferença estatisticamente significativa, $t(709.95)=3.48$, $p=.001$, $d=-0.255$

DISCUSSÃO

Nos países industrializados, uma parte muito significativa dos jovens ingressa na universidade para seguir os seus cursos superiores. Esta fase é habitualmente acompanhada por mudança de casa, estabelecimento de novas relações pessoais, novas relações sociais e, por conseguinte, novos comportamentos. Associado aos estudantes universitários está habitualmente o consumo de álcool, bem como os comportamentos de risco (e.g., Pedersen & von Soest, 2013; Wechsler et al., 1998). Deste modo, é essencial perceber-se a prevalência do consumo de álcool nos estudantes portugueses, os comportamentos associados e as suas causas. Com este estudo, pretendeu-se contribuir para o aprofundamento de alguns destes aspetos.

Os resultados do nosso estudo indicam que o consumo de álcool continua a ser uma prática corrente nos jovens universitários, especificamente nos estudantes de Aveiro e particularmente nas festas académicas. Estes resultados vão ao encontro de vários estudos internacionais feitos nesta área (e.g., Musse, 2008; Reifman & Watson, 2003), que salientam que o álcool é a substância mais consumida nas festas académicas, encontrando-se intimamente ligado à cultura destas, cujo consumo, mesmo que excessivo, é considerado normativo (Harford et al., 2002; Windle, 2003). As razões que parecem estar mais relacionadas com os padrões de consumo de álcool nos jovens universitários prendem-se com a saída de casa dos pais, com as idas em grupo aos bares e com os processos de modelagem, imitação e reforços subjacentes (Bot et al., 2005; Chassin et al., 2002; Ham & Hope, 2003). Segundo os resultados do nosso estudo, podemos ainda afirmar que são os estudantes do sexo masculino os que mais consomem álcool, quer em quantidade, quer em frequência, o que corrobora estudos americanos (e.g., O'Malley & Johnston, 2002), assim como estudos portugueses (e.g., Calvário et al., 1997). Verificámos ainda que são os estudantes deslocados, aqueles que apresentam maiores consumos de álcool, o que vai ao encontro de estudos como de Cooper et al. (1992) e de Pereira et al. (2004), que referem que uma das razões para os estudantes universitários consumirem álcool, tem a ver com as saudades que têm de casa (*homesickness*), para além da ansiedade e stress subjacente às novas responsabilidades académicas e pessoais. Podemos ainda concluir que a cerveja continua a ser a bebida preferida dos estudantes, possivelmente porque é uma bebida relativamente barata e porque as festas académicas estão fortemente associadas a marcas de cerveja. Este facto torna o seu consumo num comportamento característico das festas académicas (Hibell et al., 2009; Musse, 2008).

Conforme verificámos na literatura, os consumos de álcool estão associados a comportamentos de risco. No nosso estudo, apurámos que a ocorrência de comportamentos de risco, especificamente condução sob o efeito de álcool ou ter relações sexuais depois de consumir álcool, é pouco significativa. Estes resultados sugerem que os estudantes universitários de Aveiro, apesar de apresentarem consumos de álcool relevantes, afirmam não ter habitualmente comportamentos de risco depois desses consumos, o que pode significar uma maior consciencialização da gravidade de tais comportamentos. Os nossos dados refutam uma variedade de estudos nesta área (e.g., Beck et al., 2010; Randolph et al., 2009; Redhwan & Karim, 2010). Contudo, pode-se concluir que o consumo de álcool, nos estudantes da nossa amostra, está muito associado ao consumo de tabaco.

Um dos objetivos desta investigação, para além dos outros já discutidos anteriormente, foi o de analisar os níveis de stress que os estudantes da Universidade de Aveiro apresentam. Verificámos que apresentam níveis médios, de acordo com os dados normativos de Pereira et al. (2004). O stress percecionado por eles, diz respeito sobretudo à ansiedade em momentos de

avaliação, seguindo-se problemas de auto-estima e bem-estar. Estes dados corroboram a ideia de que a vida académica é uma fase com novas responsabilidades. Esta situação, associada à mudança de casa e estabelecimento de novas relações sociais pode conduzir muitos estudantes ao consumo de álcool, particularmente em episódios de *binge drinking* (Reifman & Watson, 2003; Windle, 2003). Um outro aspeto que é importante ser referido tem a ver com as correlações negativas encontradas entre os níveis de stress e os consumos de álcool dos estudantes. De facto, o consumo de álcool pode ser uma estratégia de *coping* de evitamento, situação que pode ser confirmada pelos nossos resultados: quem consome mais álcool percebe menos stress. Estes comportamentos, contudo, podem-se traduzir em estratégias de *coping* desadequadas, i.e., os jovens ingerem bebidas alcoólicas para se inserirem nos seus novos meios e desta forma facilitar a sua adaptação (Vaughan et al., 2009). Porém, esses episódios de ingestão excessiva de álcool têm consequências negativas para a saúde física e psicológica do consumidor, portanto é uma estratégia de *coping* inadequada (Chen et al., 2011; Heinz et al., 2011; Vaughan et al., 2009).

No âmbito das limitações encontradas no presente estudo, é importante referir o facto dos dados apenas terem sido recolhidos a participantes que frequentam a Universidade de Aveiro. Nesse sentido, os resultados não podem ser generalizados aos estudantes universitários portugueses. No entanto, ajudam-nos a compreender a realidade quanto à temática em questão e chamam particular atenção para o seguinte: os jovens universitários portugueses continuam a apresentar consumos excessivos de álcool. Podemos também referir que o stress parece estar associado a esses consumos, havendo possivelmente outros motivos (Read et al., 2003). Seria crucial apostar-se em investigações futuras que abordassem outros motivos que levam os estudantes a consumir álcool, nomeadamente motivos emocionais, como sintomatologia depressiva ou ansiedade social (Ralston, Palfai, & Rinck, 2013; Terlecki, Buckner, Larimer, & Copeland, 2011). Um outro aspeto a ter em atenção em estudos deste tipo é verificar a ocorrência ou não de festas académicas nos 30 dias anteriores ao preenchimento do questionário. Um dado positivo verificado neste estudo diz respeito ao facto de não registarmos significância de comportamentos de risco. Sugere-se então a realização de outras pesquisas noutras instituições do ensino superior em Portugal, a fim de podermos conhecer os padrões de consumo de álcool dos universitários portugueses, causas e consequências. Parece-nos importante verificarmos em primeiro lugar a prevalência da problemática, depois as causas/motivos e também os efeitos destes comportamentos. O nosso estudo veio chamar a atenção para a complexidade do problema e veio contribuir para que se conheça melhor a realidade portuguesa, à semelhança do que acontece noutros países, cujo investimento em estudos deste tipo é notório (e.g., Wechsler et al., 1998; Wicki et al., 2010). Parece-nos ainda importante salientar que no presente estudo apenas foi avaliada a perceção que o sujeito tem dos seus consumos, dos seus comportamentos de risco e do seu stress. De facto, quando falamos sobre, por exemplo, ter relações sexuais após um episódio de consumo de álcool ou conduzir sob o efeito de álcool, estas são situações socialmente reprováveis (Aberg, 1993; Reinerman, 1988). Este facto pode levar a que os estudantes respondam de forma congruente com o que é socialmente mais aceite, ao invés de espelharem o que realmente acontece. Neste sentido, a interpretação dos resultados deverá ser efetuada com algum cuidado, situação comum em estudos baseados em questionários de autorresposta (Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003).

REFERÊNCIAS

- Aberg, L. (1993). Drinking and driving: Intentions, attitudes, and social norms of Swedish male drivers. *Accident Analysis & Prevention*, 25, 289-296. doi: 10.1016/j.bbr.2011.03.031

- Aldridge-Gerry, A. A., Roesch, S. C., Villodas, F., McCabe, C., Leung, Q. K., & Da Costa, M. (2011). Daily stress and alcohol consumption: Modeling between-person and within-person ethnic variation in coping behavior. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 72, 125-134.
- Andrade, S. M. d., & Mello-Jorge, M. H. P. d. (2001). Acidentes de transporte terrestre em cidade da Região Sul do Brasil: Avaliação da cobertura e qualidade dos dados. *Cadernos de Saúde Pública*, 17, 1449-1456.
- Armeli, S., Conner, T. S., Cullum, J., & Tennen, H. (2010). A longitudinal analysis of drinking motives moderating the negative affect-drinking association among college students. *Psychology of Addictive Behaviors*, 24, 38-47. doi: 10.1037/a0017530
- Bartholow, B. D., Henry, E. A., Lust, S. A., Sauls, J. S., & Wood, P. K. (2012). Alcohol effects on performance monitoring and adjustment: Affect modulation and impairment of evaluative cognitive control. *Journal of Abnormal Psychology*, 121, 173-186. doi: 10.1037/a0023664
- Beck, K. H., Kasperski, S. J., Caldeira, K. M., Vincent, K. B., O'Grady, K. E., & Arria, A. M. (2010). Trends in alcohol-related traffic risk behaviors among college students. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 34, 1472-1478. doi: 10.1111/j.1530-0277.2010.01232.x
- Borsari, B., Murphy, J. G., & Barnett, N. P. (2007). Predictors of alcohol use during the first year of college: Implications for prevention. *Addictive Behaviors*, 32, 2062-2086. doi: 10.1016/j.addbeh.2007.01.017
- Bot, S. M., Engels, R. C. M. E., & Knibbe, R. A. (2005). The effects of alcohol expectancies on drinking behaviour in peer groups: Observations in a naturalistic setting. *Addiction*, 100, 1270-1279. doi: 10.1111/j.1360-0443.2005.01152.x
- Calvário, M., Lizardo, M., Loureiro, M., & Santos, V. (1997). Estudo dos hábitos de consumo de bebidas alcoólicas nos estudantes da Universidade da Beira Interior. *Boletim do Centro Regional de Alcoologia de Coimbra*, 1, 7-10.
- Chassin, L., Pitts, S. C., & Prost, J. (2002). Binge drinking trajectories from adolescence to emerging adulthood in a high-risk sample: Predictors and substance abuse outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 67-78. doi: 10.1037/0022-006X.70.1.67
- Chen, W. Y., Rosner, B., Hankinson, S. E., Colditz, G. A., & Willett, W. C. (2011). Moderate alcohol consumption during adult life, drinking patterns, and breast cancer risk. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 306, 1884-1890. doi: 10.1001/jama.2011.1590
- Cooper, M. L., Russell, M., Skinner, J. B., Frone, M. R., & Mudar, P. (1992). Stress and alcohol use: Moderating effects of gender, coping, and alcohol expectancies. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 139-152. doi: 10.1037/0021-843X.101.1.139
- Dantzer, C., Wardle, J., Fuller, R., Pampalone, S. Z., & Steptoe, A. (2006). International study of heavy drinking: Attitudes and sociodemographic factors in university students. *Journal of American College Health*, 55, 83-90. doi: 10.3200/JACH.55.2.83-90
- Dierker, L., Lloyd-Richardson, E., Stolar, M., Flay, B., Tiffany, S., Collins, L., . . . Clayton, R. (2006). The proximal association between smoking and alcohol use among first year college students. *Drug and Alcohol Dependence*, 81, 1-9. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2005.05.012
- Eckardt, M. J., File, S. E., Gessa, G. L., Grant, K. A., Guerri, C., Hoffman, P. L., . . . Tabakoff, B. (1998). Effects of moderate alcohol consumption on the central nervous system. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 22, 998-1040.
- Galhardo, A., & Marques, P. (2004). *Descobre outros prazeres*. Coimbra: Associação Académica de Coimbra.
- Ham, L. S., & Hope, D. A. (2003). College students and problematic drinking: A review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 23, 719-759.
- Harford, T. C., Wechsler, H., & Seibring, M. (2002). Attendance and alcohol use at parties and bars in college: A national survey of current drinkers. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 63, 726-733.

- Heinz, A. J., Beck, A., Meyer-Lindenberg, A., Sterzer, P., & Heinz, A. (2011). Cognitive and neurobiological mechanisms of alcohol-related aggression. *Nature Reviews Neuroscience*, 12, 400-413. doi: 10.1038/nrn3042
- Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., & Kraus, L. (2009). *The 2007 ESPAD report: Substance use among students in 35 European countries*. Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- Hingson, R., Heeren, T., Winter, M., & Wechsler, H. (2005). Magnitude of alcohol-related mortality and morbidity among US college students ages 18-24: Changes from 1998 to 2001. *Public Health*, 26, 259-279. doi: 10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144652
- Hingson, R. W., Heeren, T., Zakocs, R. C., Kopstein, A., & Wechsler, H. (2002). Magnitude of alcohol-related mortality and morbidity among US college students ages 18-24. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 63, 136-144.
- Kassel, J. D., Jackson, S. I., & Unrod, M. (2000). Generalized expectancies for negative mood regulation and problem drinking among college students. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 61, 332-340.
- Lages, M. F. (2007). Os comportamentos de risco dos jovens portugueses e a sua mortalidade. *Análise Social, XLII*, 395-418.
- MacLachy-Gaudet, H. A., & Stewart, S. H. (2001). The context-specific positive alcohol outcome expectancies of university women. *Addictive Behaviors*, 26, 31-49. doi: 10.1016/S0306-4603(00)00080-0
- Maldonado-Devincci, A. M., Badanich, K. A., & Kirstein, C. L. (2010). Alcohol during adolescence selectively alters immediate and long-term behavior and neurochemistry. *Alcohol*, 44, 57-66. doi: 10.1016/j.alcohol.2009.09.035
- Marín-León, L., & Vizzotto, M. M. (2003). Comportamentos no trânsito: Um estudo epidemiológico com estudantes universitários. *Cadernos de Saúde Pública*, 19, 515-523.
- Mesquita, A. M. C., Bucarechi, H. A., Castel, S., & Andrade, A. G. d. (1995). Estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo: Uso de substâncias psicoativas em 1991. *Revista ABP-APAL*, 17, 47-54.
- Musse, A. B. (2008). Apologia ao uso e abuso de álcool entre universitários: Uma análise de cartazes de propaganda de festas universitárias. *SMAD. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 4, 1-10.
- Nichter, M., Nichter, M., Carkoglu, A., & Lloyd-Richardson, E. (2010). Smoking and drinking among college students: "It's a package deal". *Drug and Alcohol Dependence*, 106, 16-20. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2009.07.025
- O'Malley, P. M., & Johnston, L. D. (2002). Epidemiology of alcohol and other drug use among American college students. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 14, 23-39.
- Oostveen, T., Knibbe, R., & De Vries, H. (1996). Social influences on young adults' alcohol consumption: Norms, modeling, pressure, socializing, and conformity. *Addictive Behaviors*, 21, 187-197. doi: 10.1016/0306-4603(95)00052-6
- Pedersen, W., & von Soest, T. (2013). Socialization to binge drinking: A population-based, longitudinal study with emphasis on parental influences. *Drug and Alcohol Dependence*, 133, 587-592. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2013.07.028
- Pereira, A. M. S. (1997). Stress e coping no aluno universitário. A componente de Psicologia na formação de professores e outros agentes educativos. *IV Seminário*. Évora: Universidade de Évora.
- Pereira, A. M. S., Vaz, A., Medeiros, J., Lopes, P., Melo, A., Ataíde, R., & Ferreira, J. (2004). Características psicométricas do Inventário do Stress em Estudantes Universitários: Estudo exploratório. *Avaliação psicológica: Formas e contextos* (vol. X, pp. 326-329). Braga: Psiquilíbrios Edições.

- Pierceall, E. A., & Keim, M. C. (2007). Stress and coping strategies among community college students. *Community College Journal of Research and Practice*, 31, 703-712. doi: 10.1080/10668920600866579
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88, 879-903. doi: 10.1037/0021-9010.88.5.879
- Ralston, T. E., Palfai, T. P., & Rinck, M. (2013). The influence of depressed mood on action tendencies toward alcohol: The moderational role of drinking motives. *Addictive Behaviors*, 38, 2810-2816. doi: 10.1016/j.addbeh.2013.07.013
- Randolph, M. E., Torres, H., Gore-Felton, C., Lloyd, B., & McGarvey, E. L. (2009). Alcohol use and sexual risk behavior among college students: Understanding gender and ethnic differences. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 35, 80-84.
- Read, J. P., Wood, M. D., Kahler, C. W., Maddock, J. E., & Palfai, T. P. (2003). Examining the role of drinking motives in college student alcohol use and problems. *Psychology of Addictive Behaviors*, 17, 13-23. doi: 10.1037/0893-164X.17.1.13
- Redhwan, A. A., & Karim, A. J. (2010). Knowledge, attitude and practice towards road traffic regulations among university students, Malaysia. *International Medical Journal Malaysia*, 9, 29-34.
- Reifman, A., & Watson, W. K. (2003). Binge drinking during the first semester of college: Continuation and desistance from high school patterns. *Journal of American College Health*, 52, 73-81. doi: 10.1080/07448480309595727
- Reinarman, C. (1988). The social construction of an alcohol problem. *Theory and Society*, 17, 91-120.
- Rosenbluth, J., Nathan, P. E., & Lawson, D. M. (1978). Environmental influences on drinking by college students in a college pub: Behavioral observation in the natural environment. *Addictive Behaviors*, 3, 117-121. doi: 10.1016/0306-4603(78)90034-5
- Santos, L., Pereira, A., & Veiga, F. (2007). *Saúde mental e comportamentos de risco no ensino superior*. Paper presented at the 1^{as} Jornadas de Psicologia Clínica: Investigação em Diversos Contextos. Vila Real, Portugal.
- Scott-Sheldon, L. A. J., Carey, M. P., & Carey, K. B. (2010). Alcohol and risky sexual behavior among heavy drinking college students. *AIDS and Behavior*, 14, 845-853. doi: 10.1007/s10461-008-9426-9
- Shakeshaft, A. P., Bowman, J. A., & Sanson-Fisher, R. W. (1998). Comparison of three methods to assess binge consumption: One-week retrospective drinking diary, AUDIT, and quantity/frequency. *Substance Abuse*, 19, 191-203. doi: 10.1080/08897079809511387
- Sheffield, F. D., Darkes, J., Del Boca, F. K., & Goldman, M. S. (2005). Binge drinking and alcohol-related problems among community college students: Implications for prevention policy. *Journal of American College Health*, 54, 137-141. doi: 10.3200/JACH.54.3.137-142
- Sher, K. J., & Rutledge, P. C. (2007). Heavy drinking across the transition to college: Predicting first-semester heavy drinking from precollege variables. *Addictive Behaviors*, 32, 819-835. doi: 10.1016/j.addbeh.2006.06.024
- Smith, S. C. (2007). Risk factors for myocardial infarction in Latin America sobrepeso y obesidad. *Circulation*, 115, 1061-1063. doi: 10.1161/CIRCULATIONAHA.106.683623
- Stewart, S. H., Zeitlin, S. B., & Samoluk, S. B. (1996). Examination of a three-dimensional drinking motives questionnaire in a young adult university student sample. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 61-71. doi: 10.1016/0005-7967(95)00036-W
- Straus, R., & Bacon, S. D. (1953). *Drinking in college*. Westport, CT: Yale University Press.
- Terlecki, M. A., Buckner, J. D., Larimer, M. E., & Copeland, A. L. (2011). The role of social anxiety in a brief alcohol intervention for heavy-drinking college students. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25, 7-21. doi: 10.1891/0889-8391.25.1.7

- Vaughan, E. L., Corbin, W. R., & Fromme, K. (2009). Academic and social motives and drinking behavior. *Psychology of Addictive Behaviors*, 23, 564-576. doi: 10.1037/a0017331
- Wechsler, H., Dowdall, G. W., Davenport, A., & Castillo, S. (1995). Correlates of college student binge drinking. *American Journal of Public Health*, 85, 921-926.
- Wechsler, H., Dowdall, G. W., Maenner, G., Gledhill-Hoyt, J., & Lee, H. (1998). Changes in binge drinking and related problems among American college students between 1993 and 1997. Results of the Harvard School of Public Health College Alcohol Study. *Journal of American College Health*, 47, 57-68.
- Wechsler, H., Kuh, G., & Davenport, A. E. (2009). Fraternities, sororities and binge drinking: Results from a national study of American colleges. *NASPA Journal*, 46, 395-416.
- Wechsler, H., Molnar, B. E., Davenport, A. E., & Baer, J. S. (1999). College alcohol use: A full or empty glass? *Journal of American College Health*, 47, 247-252. doi: 10.1080/07448489909595655
- Wicki, M., Kuntsche, E., & Gmel, G. (2010). Drinking at European universities? A review of students' alcohol use. *Addictive Behaviors*, 35, 913-924. doi: 10.1016/j.addbeh.2010.06.015
- Windle, M. (2003). Alcohol use among adolescents and young adults. *Population*, 45(5.9), 19-15.
- Wood, M. D., Read, J. P., Palfai, T. P., & Stevenson, J. F. (2001). Social influence processes and college student drinking: The mediational role of alcohol outcome expectancies. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 62, 32-43.

The excessive alcohol consumption in college students has been the focus of enormous concerns, not only because alcohol has negative effects on people's health, but also because it frequently leads to risky behaviors, for instance, drinking and driving or having sexual relations without any protection. Another aspect that has been identified in college students, and seems to be associated with alcohol consumption, is stress, which is probably one of the reasons that encourage alcohol consumption. In the present study, which has been conducted with 760 students at the University of Aveiro, we found that students consume large quantities of alcohol, particularly in academic celebrations. However, the risky behaviors are not significant in our sample. We also found that higher levels of alcohol consumption are associated with male students and with students who are dislocated from their families' house. As far as stress perception is concerned, our sample shows a medium level of stress. Students' stress is negatively correlated with alcohol consumption. Our results are discussed in the light of the existing theories about alcohol consumption in college students.

Key-words: College students, Alcohol consumption, Risk behaviors, Stress.

Submissão: 10/12/2013

Aceitação: 10/08/2014